



荷塘月色



与美诺 **爱** 上厨房

荷塘月色

食材：黑皮银鳕鱼120g，台湾荫豆豉20g，黑蒜3个（约25g），红椒丁5g，干葱末5g，蒜末5g，生粉5g，鱼汁10g，新鲜的荷叶1张（切成圆形），海棠花3朵，炸蒜片4片，小葱3g，樱桃小萝卜片3片，香菜叶1片，茴香叶1片。

做法：

- 1、将红椒丁、黑蒜、干葱末、蒜末混合，电磁炉开9档热锅，加适量，油翻炒，然后与荫豆豉混合均匀。
- 2、将鳕鱼用适量盐、蛋清、鸡粉、白胡椒粉、生粉腌制15分钟。
- 3、电磁炉9档热锅放油蒜片炸至金黄色。
- 4、把第一步做好的荫豉酱放在腌好的鳕鱼上，放入Miele的蒸炉75°C蒸10分钟。
- 5、将热油浇过的小葱放在蒸好的鳕鱼上。
- 6、把荷叶放在盘中，鳕鱼放在荷叶上，浇鱼汁，然后将炸蒜片、樱桃小萝卜片、香菜叶、茴香叶、鲜花放在鳕鱼上装饰即可。

Created By Kenny Fu For Miele

Miele

德国美诺